

اختبار مادة اللياقة والثقافة الصحية : مسارات / ثانوي

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة :

- 1- من أمثلة المحددات الاجتماعية للصحة الأعراف الاجتماعية. ()
- 2- مفهوم الصحة هو الحالة العامة البدنية أو العقلية للفرد سواء أكان مريضاً أو سليماً. ()
- 3- تعرف العافية بأنها : الحالة الصحية المثلى للأفراد والمجتمع. ()
- 4- الحمى المالطية: هي عدوى فيروسية تنتقل بواسطة لدغة البعوض . ()
- 5- يحدث الإصلاح الذاتي للجسم عندما يكون الانسان نائماً. ()
- 6- يتسبب الخمول البدني في وفاة ما بين 3.2 إلى 5 ملايين فرد سنوياً. ()
- 7- العظام كغيرها من أنسجة الجسم لا تتأثر بالخمول البدني وقلة الحركة على المدى الطويل. ()
- 8- من فوائد النشاط البدني تحسين اللياقة القلبية التنفسية. ()
- 9- المعوقات هي : الموانع التي تحول دون ممارسة الفرد للنشاط البدني ()
- 10- دقة القياس ويقصد بها دقة المعلومات المتعلقة ببيانات النشاط البدني وشدته. ()